



Rada Kayryak

Personal Trainer

Schwerpunkte

- Fitness- und Krafttraining
- Gewichtsreduktion
- Ernährungsberatung



Rada Kayryak

Zertifizierte Fitnesstrainerin, Lizenzierte Personal Trainerin, Fitness Managerin, Fachtrainerin Functional Training, Rückentrainerin, Ernährungscoach, Trainerin für Reha Fitness

Ihnen fehlt die nötige Motivation oder das Know-how, um Ihr Ziel zu erreichen? Mit mir an Ihrer Seite erreichen Sie nicht nur Ihr Ziel, sondern auch ein Wohlgefühl in Ihrem Körper, sowie eine verbesserte Lebensqualität in allen Bereichen.

► Trainingsangebot

- Fitness- und Krafttraining
- Flexibilitätstraining
- Rückentraining
- Präventionstraining
- Body Shaping

► Spezialgebiete

- Leistungsdiagnostik
- Gewichtsreduktion
- Ernährungsberatung

► Kontakt

E-Mail: radakayryak@gmail.com | Mobil: 0176/28 35 97 10